VISIT…

Серия
«Умное поколение. Первые шаги» —

это качественные, научно достоверные, но при этом доступно изложенные методические и дидактические материалы, уникальные игры и упражнения, призванные помочь родителям в воспитании ребенка первого года жизни, раскрытии его личного потенциала, зрительного и слухового восприятия, двигательной активности, речи и эмоций.
В основе пособий лежит авторская инновационная программа, разработанная коллективом детского центра «Образ» под научным руководством А.И. Савенкова – доктора психологических наук, ведущего российского специалиста в области развития способностей и детской одаренности.

Книги серии
«Движение», «Эмоции», «Слух», «Зрение» и «Речь» –

залог успешного взросления вашего малыша!

ОЛМА
МЕДИАГРУПП

А. В. Цицулина, Л. Г. Капкова, Р. А. Беседа

Умное поколение. Первые шаги

Развиваем способности ребенка от рождения до года.

Эмоции

ОЛМА-ПРЕСС
МОСКВА
2006

7411
373+159.9-053.2
Ц 75

Художник *Наталия Козик*

Цицулина А.В., Капкова Л.Г., Беседа Р.А.

Ц 75 Развиваем способности ребенка. Эмоции. — М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2006. — 32 с.: ил. — (Умное поколение. Первые шаги).

ISBN 5-224-05262-9

Данное методическое пособие адресовано родителям, имеющим маленьких детей, а также специалистам, занимающимся проблемами развития детей раннего дошкольного возраста. Книга поможет родителям и педагогам правильно спланировать работу по эмоциональному развитию ребенка в соответствии с сензитивными (благоприятными для развития) периодами возраста.

Пособие основано на опыте практической работы по обучению детей раннего возраста в Центре обучения и гармоничного развития «Образ». В Центре создана и апробирована комплексная программа «Умное поколение», первая часть которой представлена в этой книге.

ББК 7411
УДК 373+159.9-053.2

5-224-05262-9

© Цицулина А.В., Капкова Л.Г., Беседа Р.А., 2005
© Издательство «ОЛМА-ПРЕСС», 2005

Дорогие родители!

Знаете ли вы, что 50% способностей человека к обучению развиваются в первые 3 года жизни? Еще 30% развиваются от 3 до 8 лет. Все остальное, чему человек научится в жизни, будет основано на этом фундаменте.

Новые способы обучения сокращают сроки освоения целых областей знания. Одновременно сдвигается и возрастная граница обучения. То, что раньше считалось уделом вундеркиндов, например, чтение и счет в 3–4 года, становится нормой. Но возникает вопрос: в первые годы жизни ребенок не посещает образовательные учреждения. И это правильно, малышу лучше быть дома, с мамой. Что же получается, мы упускаем самые лучшие, самые благодатные для развития способностей годы?

Одно из решений этой проблемы найдено в Центре образования и гармоничного развития «Образ». Мамы играют с малышами, развивая их способности, под руководством опытных специалистов: педагогов, психологов, физиологов, игротехников.

Вот принципы, которые специалисты нашего центра рекомендуют применять в обучающем общении родителей и малышей.

Основные принципы мудрого родителя

- Ребенок — уникальная личность с самого рождения. Он для меня собеседник, а не просто существо, которое нужно кормить и пеленать.
- Природа одарила ребенка многими талантами. Но природа мудра — то, что не используется, со временем пропадает. Если я не поддержу его врожденные способности, они не разовьются в полную силу. Поэтому моя задача — увидеть их и помочь развить малышу все самое лучшее, что в нем есть.
- Я воспитываю позитивное отношение малыша к окружающему миру собственным примером. Общаясь с ним, я обязательно учитываю его главные потребности: потребность в безопасности и доверии к людям; потребность в новых впечатлениях, стремление к познанию, потребность в общении с людьми, стремление любить и быть любимым.
- Я с самых первых дней буду поддерживать активную познавательную позицию у ребенка — позицию исследователя. Это очень важно для его дальнейшей жизни. Я хочу научить малыша самостоятельно добывать информацию, принимать решения и действовать.
- Я пытаюсь увидеть мир глазами ребенка. Я не занимаю позицию всезнающего учителя, а нахожусь со своим ребенком во взаимообучающем диалоге: мы учимся, действуя вместе.
- Малыш испытывает удовольствие от самого процесса познания. Я стремлюсь сделать занятия увлекательными и всегда ориентируюсь на ребенка, по его настроению определяя, на какой стадии решения проблемы он находится.
- Ребенок учится не на словах, а на опыте своих ощущений. Моя задача — обеспечить малыша новыми ощущениями, создать такую развивающую среду, в которой он получит много новых впечатлений и возможностей.

Работая с малышами, мы не говорим о раннем развитии, а говорим о развитии своевременном, всестороннем, гармоничном и естественном, в основе которого лежит здоровьесберегающая технология обучения! И самое главное, не ставим перед собой задачу вырастить гения, а только выявляем и развиваем задатки, которые станут опорой для ребенка в будущем.

Для реализации этих принципов в Центре «Образ» разработана программа «Вверх по лестнице чудес». В программе используются различные методики и педагогические технологии, оригинальные авторские дидактические и музыкальные игры. Девиз наших занятий: «Вижу, слышу, чувствую, могу!»

Заниматься со своим малышом по программе «Вверх по лестнице чудес» вы сможете с помощью замечательных книжек серии «Умное поколение. Первые шаги». Первые книги серии посвящены развитию зрения, слуха, эмоций, речи и двигательной активности малыша.

В КАЖДОЙ КНИГЕ ВЫ НАЙДЕТЕ:

- Вступительную статью об особенностях развития вашего ребенка.
- Дневник наблюдений для родителей, с помощью которого вы сможете следить за успехами малыша и убедиться, что все идет хорошо.
- Описания игр и упражнений, позволяющих раскрыть возможности ребенка.
- Материалы для занятий.
- Полезные советы и сведения по теме.

Вот несколько основных правил, которые следует соблюдать при занятиях с малышом:

- Занимайтесь систематично. Используйте каждый день для того, чтобы развиваться. Продолжайте выполнять освоенные ранее упражнения и добавляйте каждый раз новое.
- Всегда называйте и объясняйте малышу свои действия и все происходящие вокруг события.
- Выбирайте время, когда малыш полностью проснулся, но еще не занят чем-то определенным. Так же важно при занятиях хорошее настроение мамы.
- Маленькие дети не бывают «ленивыми». Если ребенок не хочет заниматься, значит неудачно выбраны время или форма занятий. Внимательно следите за сигналами, показывающими, насколько вашему малышу нравится заниматься, это можно понять по его мимике, движениям и звукам. Цель не в том, чтобы переполнять и ошеломлять ребенка, а в том, чтобы обеспечивать получение многообразного опыта: зрительного и слухового, движения, вкуса, запаха, прикосновения.
- Ведите дневник наблюдений за развитием ребенка. Это позволит вам порадоваться успехам и вовремя выявить намечающиеся проблемы.
- При занятиях используйте только позитивные формулировки (без частицы НЕ), четко задающие цель, которой должен достичь ребенок. Взрослые несут ответственность за формирование позитивного мышления у детей!
- Не сравнивайте своего ребенка с другими, хвалите его за достижения и успехи, радуйтесь его победам.
- Занятия по программе «Вверх по лестнице чудес» — это, прежде всего, своеобразная школа эмоций, где радость совместных переживаний и открытий малыша и родителей определяет единение чувства и разума.

Малыш учится чувствовать

Эмоции — это язык всех возрастов. Уже в первые часы после рождения вы можете увидеть на лице ребенка радость или обиду, удовольствие или раздражение. Во многом это зависит от того, как протекали беременность и роды, какие отношения сложились в вашей семье еще до рождения ребенка.

Очень часто взрослые допускают ошибку, игнорируя чувства ребенка или не придавая им значения: мол, еще маленький, что он там чувствует кроме «нравится – не нравится». Между тем, если быть внимательным, то на лице своего ребенка вы увидите выражения недоумения, интереса, недоверия, нежности и т. д. Как узнать, что переживает малыш? Об этом он говорит всем телом: движениями рук и ног, звуками голоса, выражением и цветом лица. Улыбка — одно из наиболее привлекательных выражений лица младенца, самой природой предусмотренный способ обеспечить ребенку покровительство и защиту со стороны взрослых. Ведь устоять перед ней невозможно! У каждого малыша свой репертуар улыбок. Иногда малыш может улыбаться уже при рождении, если роды были мягкими и естественными.

Знаете ли вы, что улыбка полезна для развития способностей малыша? Широкие улыбки, предназначенные для матери, вовлекают в действие большое количество мышц и активизируют правую лобную область мозга, развивая тем самым образное мышление, воображение, творческие способности и интуицию. А улыбки, подаренные незнакомцам, активизируют меньшее количество лицевых мышц и левую половину мозга, способствуя развитию логического и аналитического мышления и обеспечивая будущие успехи по математике. Если вы хотите иметь улыбающегося малыша, то начните с себя, улыбайтесь и смейтесь как можно чаще.

Еще одно врожденное чувство — эмпатия, способность сопереживать, сочувствовать, распознавать чувства других людей и «присоединяться» к ним. Каждая мама знает: что если она расстроена или злится, это обязательно отражается на настроении малыша. Он, словно камертон, ловит ее настроение и подстраивается под него. Способность к эмпатии хорошо развивается, только если ребенок много времени проводит с мамой и папой, и если их эмоциональный мир разнообразен. Мама, все время пребывающая в состоянии беспокойства или излишне сдержанная, скрывающая свои чувства, не дает ребенку опыта наблюдения разных и ярких эмоций. Развивая в своем ребенке эмпатию, вы обеспечиваете счастливое будущее для своих внуков более надежным способом, чем открывая для них счет в банке. Ведь вы готовите для них понимающего, чуткого родителя.

Эмоции и чувства развиваются постепенно, от простых к более сложным, например, сначала малыш научится сердиться и значительно позже узнает, что такое легкая грусть. К 10 годам эмоциональное формирование человека практически завершается, ему уже знакомы все основные эмоции и чувства. Есть эмоции, которые формируются именно в течение первого года жизни ребенка. Например, чувство счастья. Дети, желанные при зачатии, во время беременности и мягко рожденные в любимые руки, начинают жить позитивно, с радостным отношением к миру. Ведь в первые же часы своей жизни они получают подтверж-

дение, что все рады их приходу. Некоторые мамы днем и ночью держат ребенка у своего тела и спят вместе с ним, чтобы чувствовать каждую его потребность. Такие малыши чувствуют себя в полной безопасности и потому смотрят на окружающий их мир с большим интересом и любопытством, смелей действуют и пробуют новое, устанавливают более тесный контакт со своими родителями.

Положительные эмоции ребенка можно закрепить, если взрослый будет отражать его реакцию на своем лице. Малыши умеют великолепно имитировать те эмоции, которые видят на вашем лице (получается своеобразный диалог взглядов). Это могут быть восторженные взгляды, одобряющие, ласкающие или настороженные. Например, если ваш малыш пищит от восторга, что смог что-то сделать сам, а вы порадуетесь вместе с ним, похлопаете и изобразите на своем лице состояние крайнего восторга, это поможет закрепить его чувство удовольствия и радости от того, что он чего-то добился. Если же вы будете всегда отвечать: «Ну что тебе? Не мешай мне, я занята», он будет лишен возможности узнать, что такое радость, вместо этого наступит спад эмоций, который приведет к пассивности. Помните, как важен именно первый год жизни ребенка, когда родители должны познакомить малыша со всем спектром эмоций, создав фундамент его психологического благополучия на всю дальнейшую жизнь.

Воспитывая сына или дочку, важно помнить, что мальчики и девочки — два разных мира. Они по-разному смотрят и видят, слушают и слышат, по-разному говорят и молчат, чувствуют и переживают. Многие родители интуитивно чувствуют разницу в воспитании мальчиков и девочек: используют немного отличающиеся жесты и мимику, немного по-разному разговаривают с ними. Но не всегда это вызвано тонким чувствованием ребенка, порой поведение родителей продиктовано стереотипами, принятыми в культуре. Специальные исследования показали, что даже совсем маленьких мальчиков родители чаще ругают, реже берут на руки. По отношению к ним речь взрослых чаще содержит лишь прямые указания (отойди, принеси, дай, сделай, перестань), а в разговоре с девочками старшие чаще упоминают о чувственных состояниях (нравиться, люблю, грустный, веселый). Вероятно, следуя расхожему мнению, будто мальчиков следует воспитывать в большей строгости, не нянчиться с ним, не баловать, чтобы они выросли мужественными, выносливыми, настоящими мужчинами, поощряют мальчиков чаще только словом. А девочек, кроме добрых, светлых и ласковых слов — еще и поцелуями, объятьями, поглаживанием по головке, маленькими подарками. Но ведь мальчикам для полноценного психического развития нужно не меньше тепла и ласки, заботы и участия!

По-разному дети реагируют и на оценку. Для мальчиков очень важно, что конкретно оценивается в их деятельности, для девочек — кто их оценивает и как. Мальчики реагируют только на значимые для них оценки, девочки — на все: и на положительные и на отрицательные. Слово «молодец» подходит мальчикам, для девочек в качестве похвалы лучше использовать другие слова, имеющие более яркую эмоциональную окраску, например «умница» и другие.

Особенность эмоциональной сферы мальчиков заключается еще и в том, что они очень быстро реагируют на эмоциональное воздействие, но через пару минут как бы отстраняются. Они не могут долго удерживать эмоциональное напряжение, и чтобы не «перегреться», просто отключаются, и эмоционально напряженная информация не доходит до их сознания. Поэтому, если собрались поругать мальчика за что-то, объясните ему ситуацию очень коротко и очень конкретно, чем вы недовольны. Девочки же, наоборот, готовы к многократному повтору и переживанию одной и той же эмоции.

Советы маме и папе

Еще до того как ваш малыш научится общаться словами или жестами, он будет подавать различные сигналы о том, что ему интересно. Если что-либо кажется ему веселым и интересным, он может: начать сосать медленнее или остановиться; замереть; расслабить лицо и тело; улыбнуться; насторожиться; тянуться к предметам; «загукать» или запищать от восторга; выглядеть довольным. Если ему надоело, не интересно или что-то не нравится, он может: начать сильно сосать; сморщить лицо; напрячь все тело или стать вялым; смотреть отсутствующим взглядом, ни на чем его не фокусируя; выглядеть сонливым, начать зевать; настойчиво отворачиваться; начать извиваться; начать плакать. Внимательно наблюдая за такими сигналами, можно понять, когда малыш рад чему-то, а когда он предпочитает отдохнуть или переключиться на другое занятие.

Общаясь с малышом, старайтесь всегда думать только позитивно и обращайтесь к ребенку, используя только позитивные формулировки. Например, вместо: «Бедненький! Как ты устал, наверное!» скажите: «(Имя ребенка), ты молодец! Ты очень сильный и здоровый малыш. Давай мы с тобой сейчас отдохнем немножко».

Объясняйте ребенку каждый раз, почему мы здороваемся друг с другом: «Мы говорим «Здравствуй!», потому что хотим, чтобы человек был здоровым, счастливым и любимым» или «Давай поздороваемся со всеми и пожелаем всем здоровья!». Когда вы с кем-то прощаетесь, говорите малышу: «Давай пожелаем всем хорошего настроения и удачного дня!»

Всегда помните, что малыш — это зеркало взаимоотношений в вашей семье.

Общаясь со своим мужем в присутствии малыша, называйте мужа не только папой, но и по имени. Демонстрируйте ребенку свои взаимоотношения муж-жена, а не придерживайтесь линии поведения мама-папа. Именно наблюдая за вами, ребенок получает представление о том, какими должны быть взаимоотношения мужчины и женщины.

Окружайте себя приятными вещами и устраивайте себе милые сюрпризы. Малыш должен видеть свою маму счастливой. Следуйте формуле: счастливая мама — счастливый малыш.

Если вам грустно — плачьте, но обязательно объясните малышу, почему вы расстроены. Ребенок должен видеть разные чувства своих близких и знать, как реагировать на них (пожалеть, погладить, сказать что-нибудь ласковое, подарить что-нибудь и т. д.).

Выражайте свое сочувствие ребенку, когда он жалуется вам и просит о помощи. Подбадривайте его словами: «Я понимаю, мой хороший»

Комментируйте поведение и эмоции других людей, если малыш обратил на них внимание: «Мальчик плачет. Наверное, он очень не хочет идти домой, вот и расстроился», но никогда не осуждайте чувства других людей и не ставьте их в пример ребенку.

Если малыш упал и ударился обо что-то, то обязательно пожалейте и малыша, и тот предмет, с которым произошло столкновение. Ни в коем случае не нужно, успокаивая ребенка, говорить, что предмет плохой, ударил малыша и мы его сейчас тоже ударим. Так вы будете воспитывать и культивировать в малыше только агрессивное взаимоотношение с окружающим миром.

Когда вы общаетесь с мамами других малышей, постарайтесь обсуждать только хорошее и делиться исключительно достижениями, а не проблемами своего ребенка. Никогда не говорите в его присутствии о том, как много хлопот он вам приносит.

Всегда занимайте позицию малыша и поддерживайте его в эмоциональных проявлениях. Извиняйтесь, если обидели малыша словом или своим действием.

Создайте для малыша как можно больше возможностей для общения с детьми, взрослыми, животными. Всегда с позитивной точки зрения комментируйте взаимоотношения малыша с окружающими его людьми. Например, никогда не говорите: «Не бойся, не плачь. Это хорошая тетя», скажите лучше: «Ой, смотри, какая хорошая тетя! Давай ей улыбнемся!» и своим примером показывайте это.

Используйте для занятий наши материалы. Для этого выньте листы из книги и, где нужно, разрежьте пополам. Карточки можно заламинировать или покрыть специальной пленкой.

Понаблюдайте за своим малышом и запишите его успехи в графу справа.

Что обычно умеет ребенок — Наши успехи

0 – 10 дней

- Мимика малыша выражает впечатление, полученное при родах.
- На основании впечатлений первых дней и недель жизни ребенок делает вывод о базовом доверии к миру.
- На лице иногда возникает скользящая улыбка.
- Улыбается во сне.
- Демонстрирует врожденные способы поведения в расчете на отклик: плач для удовлетворения каких-то потребностей или для получения пищи.

20 дней

- Во время бодрствования появляется улыбка, адресованная маме.
- Формируется отношение к внешнему миру, который представляет мама: малыш выглядит довольным жизнью или несчастным, испуганным.

1-1,5 месяца

- При непонимании или запоздалой реакции мамы начинает нервно и раздражительно покрикивать, готовясь заплакать.
- Проявляет интерес ко всему окружающему.
- Проявляет радость в ответ на эмоциональный контакт со взрослым: улыбается, активно двигает ручками, ножками.
- Способен выражать обиду, делая соответствующую гримасу.

2 – 2,5 месяца

- По выражению лица легко понять доволен или недоволен.
- Улавливает настроение (огорчается, когда кто-то из родителей огорчен).
- Появление комплекса оживления: крутится, вертится, прыгает, как будто хочет побежать навстречу.

3 месяца

- Разговоры с малышом вызывают у него все больше положительных эмоций.
- Эмоциональный отклик при виде мамы, папы, няни и других членов семьи: улыбается, встречает взглядом, движениями тела.
- Учится пониманию вообще: может привлекать к себе внимание с помощью улыбки, плача, жестов и телодвижений.
- Начинает смеяться.

4 месяца

- Сообщает о конкретной потребности определенным способом, исходя из того, что его поймут и сделают, как ему хочется.
- Начинает узнавать близких родственников, отвечая позитивными эмоциями.

Что обычно умеет ребенок — Наши успехи

5 месяцев

- Выбирает те способы воздействия, на которые родители реагируют.
- Отталкивает вашу руку, когда вы даете ему невкусное лекарство.
- Очень эмоционально включается в игру «ку-ку», радуется возникновению лица. Улавливает разницу в ласковом и строгом обращении.
- Морщит личико и начинает плакать, если мама его ругает.
- Отличает «своих» от «чужих».
- Улыбается тем, кто нравится и плачет при виде того, кто не нравится.

6 месяцев

- Во время игры проявляет интерес, целеустремленность: старается взять третий предмет, уже держа в руках по одному.
- Стремится вступать в контакт с окружающими.
- Кричит, хохочет, хлопает в ладоши, хрюкает. Делает грустное лицо.
- Мимика и жесты становятся отчетливее и яснее.

7 месяцев

- Ассоциирует воображаемый образ со словом и изображением (например, услышав «кошка» может представить ее), начать искать глазами, посмотреть туда, где она сидела. Оживляется при посторонних.
- Обнимает, целует, прижимается. По-разному реагирует на свое и чужое имя. Внимательно рассматривает взрослого, прежде чем вступить в контакт с ним.

8 месяцев

- Реагирует на собственное отражение в зеркале: улыбается, внимательно смотрит, затихает или наоборот начинает разговаривать.
- Эмоции становятся устойчивыми. Пытается разобрать игрушки, проявляя настойчивость и интерес к тому, что внутри.
- Выбирает, какая из игрушек понадобится сейчас, а какая потом.
- Подражает мимике и интонациям взрослого.

9 месяцев

- Чутко реагирует на настроение мамы и ее отношение к его действиям.
- Хорошо заметен темперамент малыша.
- Улыбается и смеется, когда радуется.
- Плачет, если обидят. Топает ножкой и кричит, если сердится.
- При словах «Мама пришла» представляет ее образ и перестает капризничать. Беспокоится, оставаясь в одиночестве.

10 месяцев

- Может выполнять ранее заученные действия по просьбе взрослого.
- Понимает: « Хорошо», «Плохо».

11 месяцев

- Знает понятие «добрый».
- Жалеет, гладит по голове.

12 месяцев

- Смеется над забавными сценками.
- Проявляет эмпатию, старается помочь, утешить, разделяет чувства.

Это важно знать

Темперамент — качество врожденное. Его нельзя изменить, но к нему можно приспособиться. Определив темперамент вашего малыша, вы сможете построить более теплые и доверительные отношения с ним, а также сделать занятия более эффективными. Чтобы определить темперамент малыша, необходимо внимательно понаблюдать за ним.

Сангвиник

Малыши-сангвиники живо и энергично откликаются на все, что может привлечь внимание. Их движения быстрые и выразительные. Они не скрывают своих чувств и отношения к окружающему. Имеют достаточно живую мимику. Новые игры и развлечения принимают с удовольствием и могут быстро переключаться с одного вида деятельности на другой. Выдерживают достаточно быстрый темп занятий с несколькими видами деятельности. С малышом-сангвиником обычно можно договориться, он готов услышать ваши доводы или отвлечься на интересное предложение.

Холерик

Холерики чувствуют ярко и быстро переходят от одного чувства к другому. Они бурно проявляют свои чувства, легко «заводятся», а потом им трудно остановиться, отсюда частые истерики. Такие малыши очень нетерпеливы, поэтому некоторые их желания лучше предупреждать еще до того, как холерик устроит показательное выступление с громким криком и плачем. Такие малыши очень подвижны, буквально ни минуты не сидят на месте. Их достаточно трудно чем-то увлечь надолго. Для холериков лучше выдерживать быстрый темп занятий с частой сменой в основном подвижных игр и упражнений. Но следует помнить, что для таких малышей нужно делать акцент на развитии внимания, учить их сосредоточиваться на чем-то конкретном на некоторое время.

Флегматик

Со стороны кажется, что малыши-флегматики малоэмоциональны. На самом деле они чувствуют, и чувствуют глубоко, но медленно переходят от одной эмоции к другой и мало выражают свои чувства. Их мимика и движения скупые, неспешные, они вообще не делают лишних движений без особой на то надобности. Они уравновешенны и очень терпеливы. Могут длительное время заниматься каким-либо предметом или игрой, требующей усидчивости и терпения. Такие дети с трудом приспосабливаются ко всему новому. Они малообщительны. Поэтому особое внимание в их развитии следует уделить коммуникативной и эмоциональной стороне. В занятия с малышами-флегматиками обязательно нужно включать подвижные игры, способствующие развитию их двигательной активности. Но не торопите и не тормошите маленького флегматика. Темп занятий лучше выбрать спокойный с 2–3 упражнениями.

Меланхолик

Малыши-меланхолики очень чувствительны ко всему, «тонкокожи». Поэтому они бывают чрезмерно обидчивы, робки и тревожны. Они малообщительны, с трудом знакомятся и заводят друзей, долго привыкают к новому. Меланхолики плохо реагируют на инициативу извне, поэтому всегда нужно учитывать их собственное желание заняться чем-либо. На меланхолика нельзя давить и кричать, нельзя насмешничать и дразнить его. Акцент в занятиях следует сделать на развитии двигательной активности, самостоятельности и коммуникативности.

Игры и упражнения

4 – 10 дней жизни

1. Думайте о чем-нибудь добром, светлом и хорошем, не только когда обращаетесь к малышу, но и просто когда думаете о нем. Улыбайтесь, когда разговариваете с ребенком. Показывайте настоящую радость при каждом общении с ним. Говорите добрые, нежные, ласковые слова спокойным, искренним голосом.

20 дней жизни

1. Слегка преувеличивайте свои эмоции, демонстрируя их ребенку: восторг, радость, удивление, огорчение, печаль и т. д., как на наших фотографиях.

1 – 1,5 месяца

1. Давайте возможность малышу высказывать свое «мнение», делая паузы во время разговора с ним для предполагаемого ответа, затем уточняйте, переспрашивайте (например: «Ты хочешь кушать? Да?») и обязательно удовлетворяйте его потребности.

2. Украсьте комнату, где находится малыш, воздушными шарами. Носите ребенка по комнате на руках и вместе рассматривайте красивые шарики.

3. Предлагая ребенку новые игрушки, показывайте последовательность выражения эмоций. Например: Тук-тук!!! Кто это стучит? (Удивление). Это медвежонок (внимание, сосредоточение). Он пришел к ... (имя малыша) и будет с ним играть (Радость, веселье).

2 – 2,5 месяца

1. Играйте с малышом в игру «Зеркало», когда малыш показывает на своем лице какую-либо эмоцию, моментально постарайтесь изобразить ее на своем лице (отзеркалить), как на наших фотографиях.

2. Познакомьте малыша с игрушкой-неваляшкой. Вместе порадуйтесь и поудивляйтесь, как ловко неваляшка качается и умеет кружиться.

3 – 3,5 месяца

1. Возьмите малыша на руки и мечтайте вслух, каким он вырастет: здоровым, сильным, добрым и хорошим человеком.

2. Всегда подчеркивайте свое позитивное отношение к членам семьи, разговаривая с малышом о них или обращаясь к малышу в их присутствии. Например: «Смотри, наш папа любимый пришел!»

3. По любому поводу как можно больше смейтесь в присутствии малыша и вместе с ним.

4. Покажите ребенку игрушку-перчатку Би-ба-бо (котика, собачку, медвежонка и т. д.) и поговорите с малышом другим, сказочным голосом, используя при этом разные интонации.

5. О веселом говорите веселым голосом, о грустном — грустным.

6. Поиграйте с малышом в «Поцелуйчики», для этого целуйте ребенка в разные места и внимательно наблюдайте за его реакцией. Найдите место, которое вызывает наибольший восторг, целуйте малыша, смейтесь вместе. Можете пощекотать его своими волосами.

7. Покажите малышу картинки с изображением садовых и полевых цветов. Подобрав соответствующую интонацию, давайте голосом каждому цветку какую-либо характеристику, например: «Это роза — великолепный, царственный цветок, это василек — скромный цветок».

8. Показывайте малышу фотографии других детей и взрослых (используйте фото нашего приложения) и комментируйте, что они делают и какие эмоции мы видим на их лицах. Например: «Это мальчик. Он радуется. Это радость».

4 – 4,5 месяца

1. Когда появляются близкие люди, демонстрируйте малышу позитивные эмоции, которые вы испытываете.

2. Поиграйте с малышом в эмоциональные прятки. Для этого закройте свое лицо руками, затем откройте и изобразите удивление, потом снова закройте, откройте и покажите грусть, обиду, настороженность и другие эмоции, как на наших фотографиях. Называйте каждое чувство.

3. Малышу очень нравится играть в обыкновенные прятки. Можно прятаться, закрывая лицо руками, прятаться за подушку или прозрачный платок.

4. Пойте малышу радостные детские песни, те, что знакомы вам с самого детства.

5. Создайте и обыгрывайте характер каждой игрушки. Например: «Это добрый, славный Слон, а это веселый Кот-шалун!».

5 – 5,5 месяцев

1. Оценивая любые действия малыша, показывайте голосом свое одобрение (ласковые интонации) или неодобрение (строгие интонации).

2. Много радости приносит малышу рисование гуашью (техника рисования описана в книге «Зрение»).

3. Каждый день начинайте с того, что вы берете малыша на руки, целуете его, здороваетесь, внимательно смотрите ему в глаза и дарите несколько комплиментов.

4. В зоне видимости ребенка пускайте мыльные пузыри. Радуйтесь им вместе с ребенком. Удивляйтесь, когда они лопаются.

6. Показывайте малышу фотографии из приложения и называйте каждую эмоцию, затем точно такую же изображайте на своем лице.

6 – 7 месяцев

1. Поиграйте с малышом в «Гляделки». Выразительно смотрите в глаза малыша, при этом меняя периодически значение своего взгляда: веселый, озадаченный, заинтересованный, обиженный, грустный, интригующий и т. д.

2. Активно помогайте вступать малышу в контакт с окружающими, как бы озвучивая вслух его мысли и действия, например: «Какой высокий мужчина! Давай скажем ему: «Привет!» Это хороший дяденька».

3. Одобряя действия малыша, эмоционально выражайте радость, хлопайте в ладоши, обнимайте и целуйте ребенка.

4. Называйте всех членов семьи по именам. К ребенку обращайтесь по имени, делая на нем акцент.

5. Поиграйте с малышом в игру «Потому что!», показывайте малышу фотографии из наших материалов и рассказывайте, какая это эмоция и почему человек ее испытывает. Например: «Это грусть. Малыш грустит, потому что ему грустно. Это радость. Малыш улыбается, потому что ему радостно».

6. Рассматривайте с малышом фотографии его самого, где он задумчивый, веселый и т. д.

7. Возьмите ребенка на руки, включите музыку, которая вам нравится, и потанцуйте вместе.

8. Показывайте разные примеры и задавайте формулы поведения в соответствии с разными ситуациями. Например: «Папа грустный, давай спросим его почему?».

9. Много и эмоционально говорите с малышом обо всем том, что он видит вокруг. Говорите, какие чувства вы испытываете сами в этот момент.

10. Играйте с матрешками и придумывайте разные истории о них.

8 месяцев

1. Покажите ребенку, как устроить салют из мятых кусочков цветной бумаги, подбрасывая их вверх и радостно крича: «Ура!».

2. Каждый день, выходя на улицу, комментируйте характер явлений природы. Например: «Сегодня идет грустный дождь, а доброе солнышко спряталось за хмурые тучки».

3. Когда рассматриваете цвета, говорите о своих ассоциациях с ними. Только не делайте акцент на стандартных сравнениях, типа: желтое как солнышко, красный как помидорчик и т. д.

4. Любуйтесь вместе с малышом окружающей природой, говорите при этом малышу: «Какой чудесный день, ты видишь!».

9 месяцев

1. Почаще играйте вместе с малышом, ведите себя искренне, увлеченно и по-детски радостно. Не занимайте позицию учителя и наставника. Будьте на равных в игре.

2. Покажите игрушку. Эмоционально сыграйте, что она плачет. Попросите пожалеть ее, покажите, как погладить по голове, по лапке. Изобразите эмоционально, как радуется игрушка, как ей хорошо и приятно, когда ее гладят. В ответ она должна погладить малыша.

3. Надуйте много воздушных шаров, разложите их на полу и запустите ползать в них малыша. Подбрасывайте шарики и веселитесь вместе с ребенком.

10 – 12 месяцев

1. Наденьте на малыша свою шапку и предложите посмотреться в зеркало. Затем попробуйте надеть на себя шапочку ребенка и вместе с малышом удивитесь и посмейтесь над увиденным.

2. Дайте завернутый в шуршащую упаковку (мягкую бумагу или платок) предмет, пусть малыш сам попытается его развернуть. Так отрабатывается ситуация предвосхищения, ожидания и удивления.

3. Поиграйте с малышом в снежки, сделанные из листов мятой бумаги.

4. Поговорите с ребенком серьезно и расскажите, как ему повезло с родителями. Приведите три весомых аргумента, например: мы очень добрые люди, с нами всегда весело, мы много вместе путешествуем.

5. Начиная выполнять работу по дому, дайте малышу маленькую тряпочку, веник, совочек или губку для мытья посуды и, поощряя словами его действия, разрешите малышу помочь вам. Пусть он ощущает себя нужным и полезным.

6. Уложив малыша в постель, подведите итог прошедшего дня, вспомните все то хорошее, что принес вам этот день.

Серия «Умное поколение. Первые шаги»

ЦИЦУЛИНА А. В., КАПКОВА Л. Г., БЕСЕДА Р. А.

РАЗВИВАЕМ СПОСОБНОСТИ РЕБЕНКА. ЭМОЦИИ. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ГОДА

Пособие для родителей

Художник *Н. В. Козик*
Ведущий редактор *А. Н. Евсеевичева*
Редактор *Л. В. Петрановская*
Художественный редактор *Н. С. Антонов*
Компьютерный дизайн и верстка *Е. Э. Алексеевой*
Корректор *Т. В. Скоркина*

Подписано в печать 14.11.05.
Формат 84x108 1/16. Гарнитура PragmaticaLightC.
Бумага офсетная. Печать офсетная. Усл. печ. л. 2. Доп. тираж 5 000 экз.
Изд. № 05-7357. Заказ № 1997.

ЗАО «Издательство „ОЛМА-ПРЕСС"
129075 Москва, Звездный бульвар, 23
входит в группу компаний
ЗАО «ОЛМА МЕДИА ГРУПП»

Отпечатано в полиграфической фирме
«КРАСНЫЙ ПРОЛЕТАРИЙ»
127473 Москва, Краснопролетарская, 16

Учебно-методический центр
"Учимся, играя"
представляет программу
УМНОЕ ПОКОЛЕНИЕ

Модульная программа разностороннего развития детей от рождения до 14 лет.

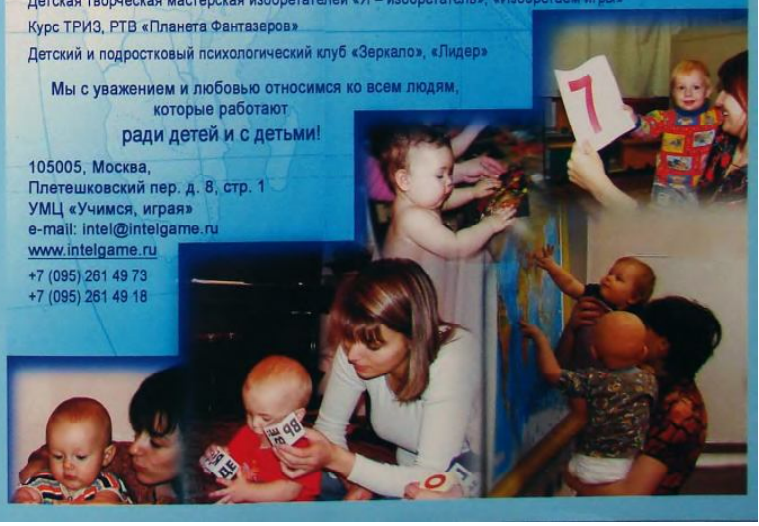
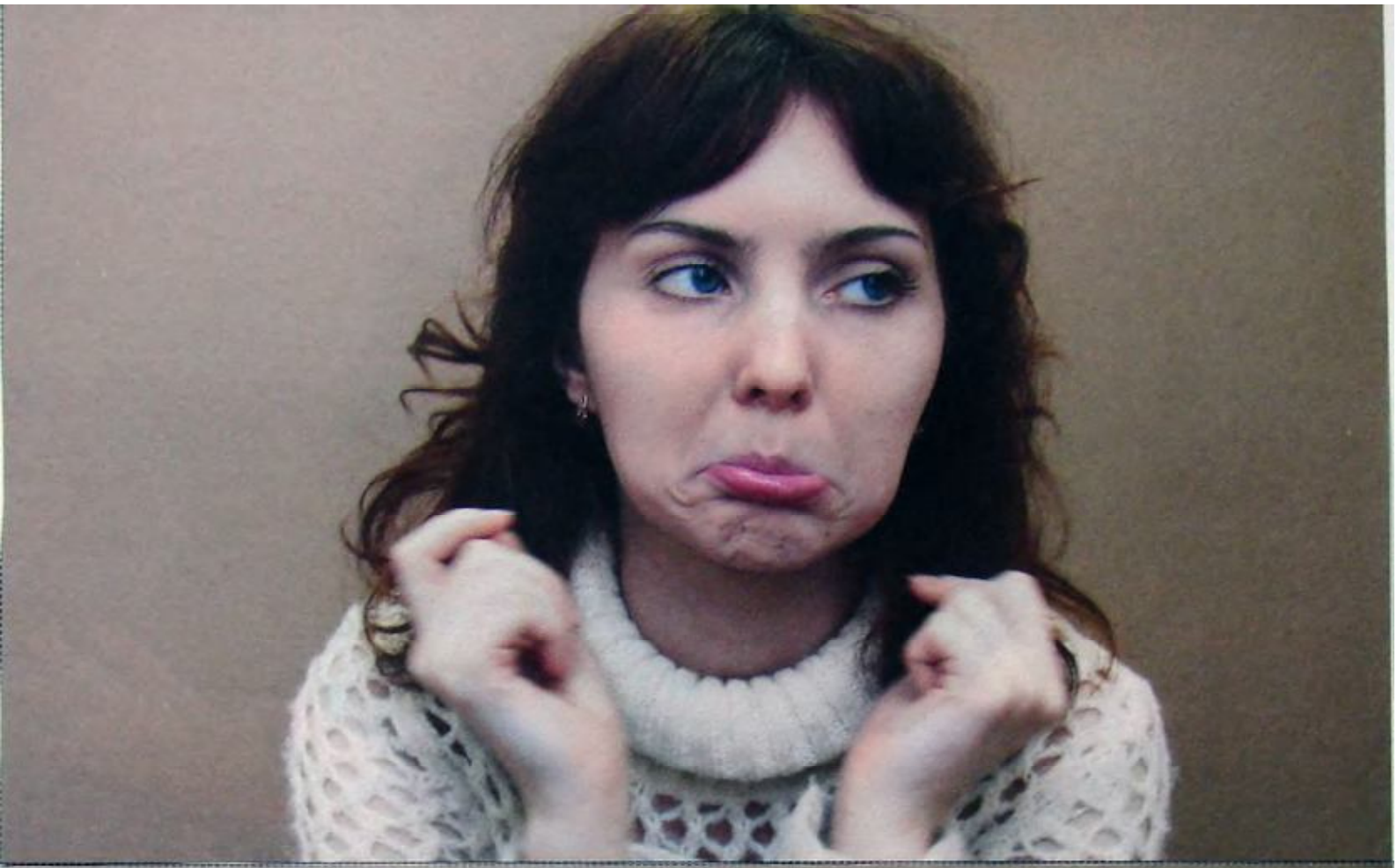
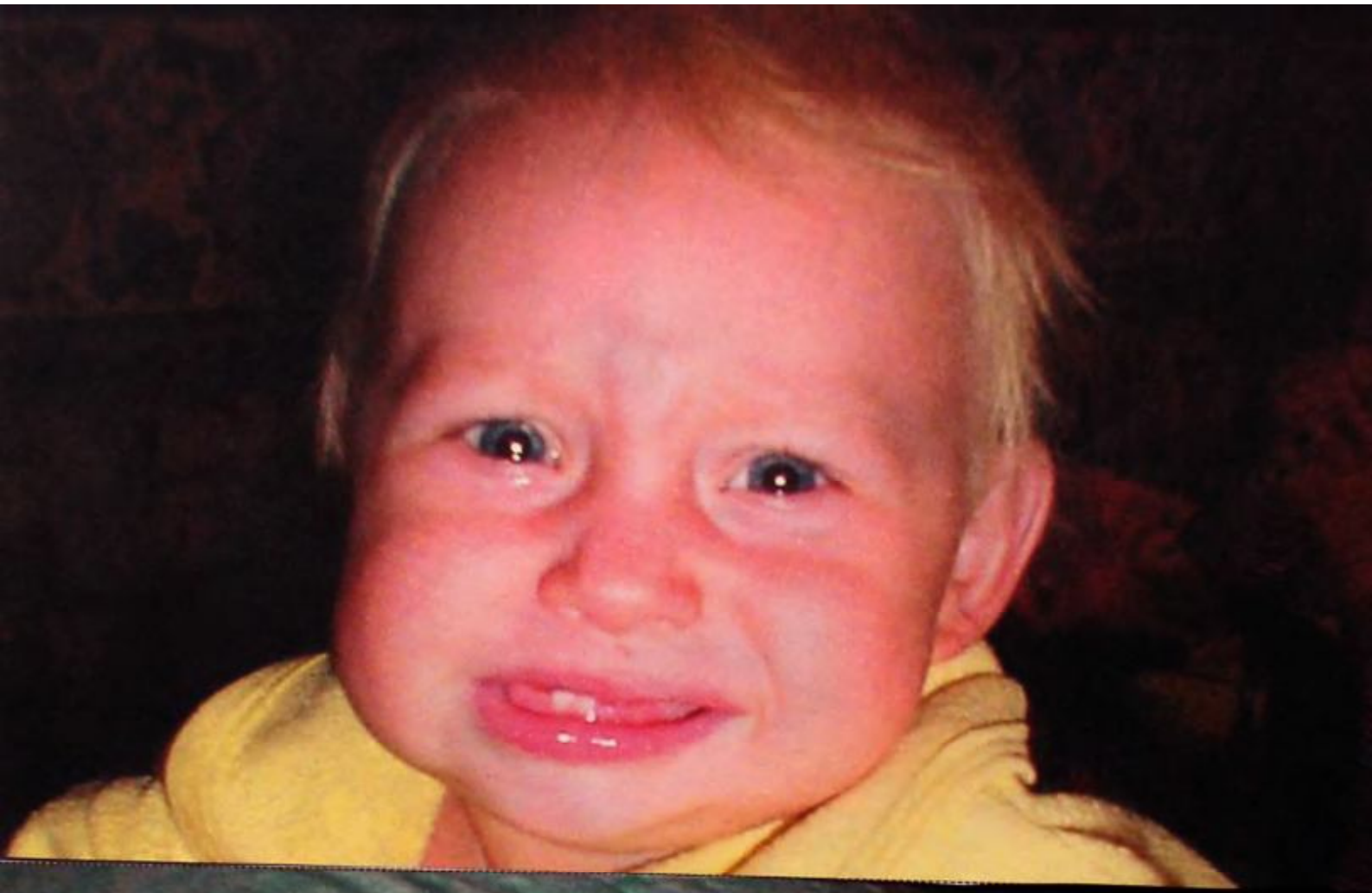
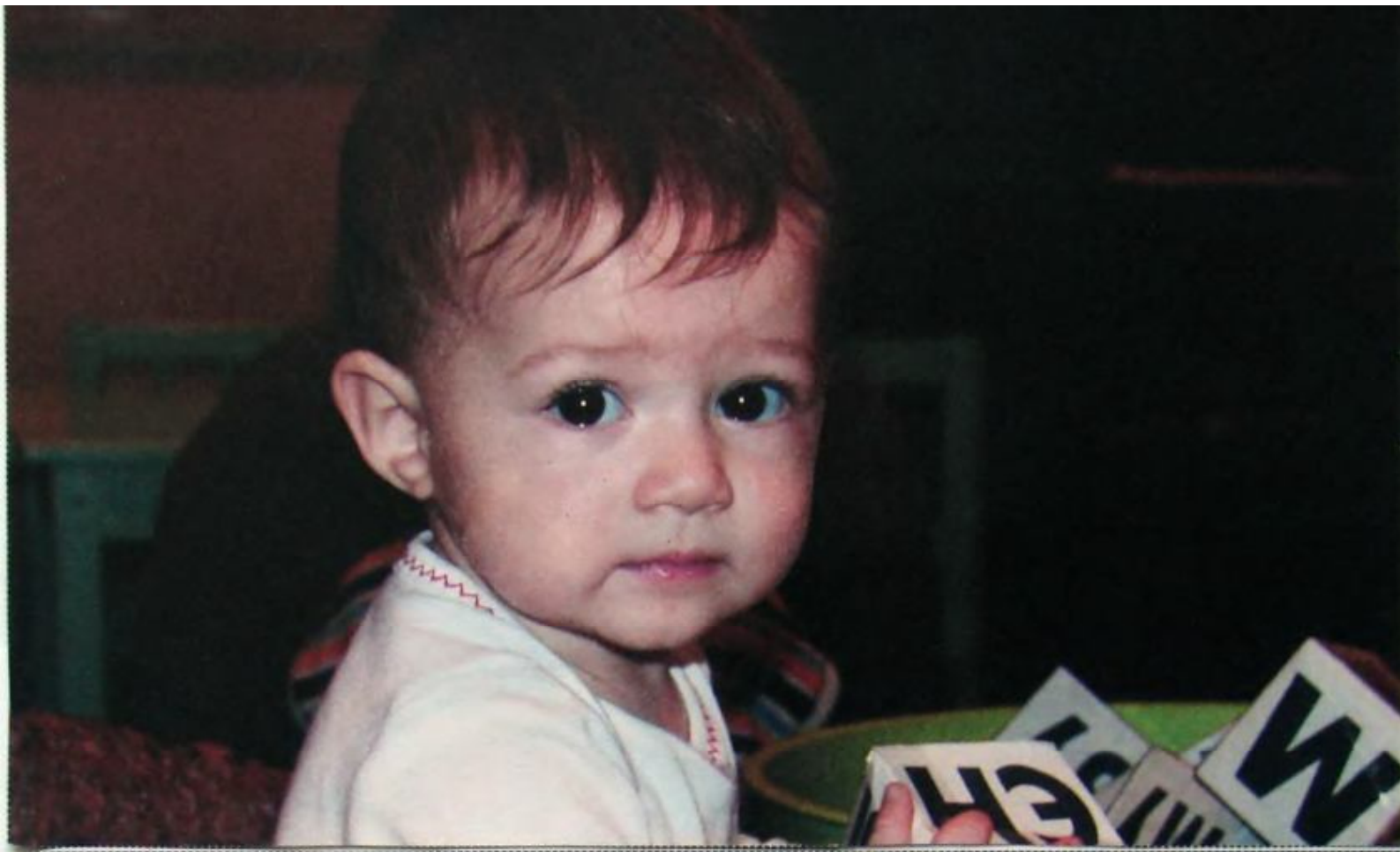
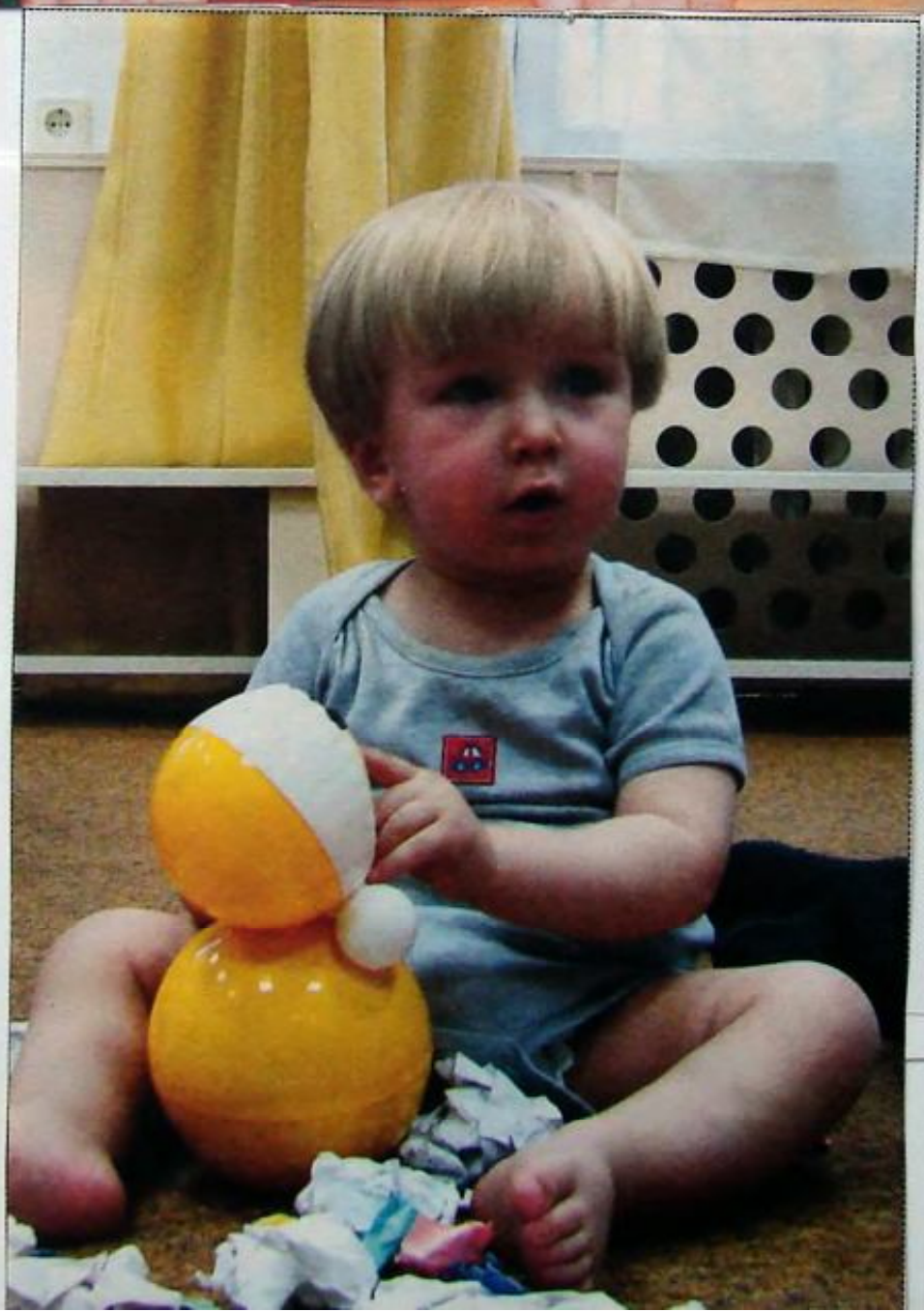
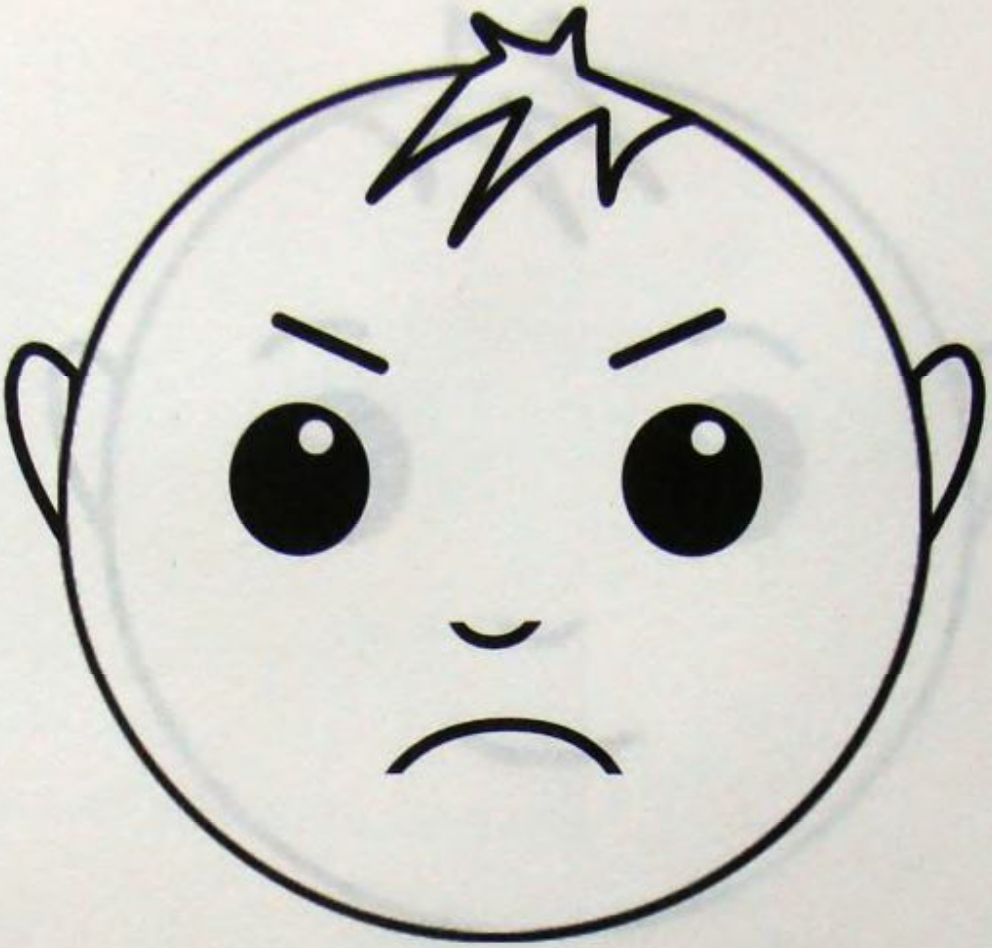
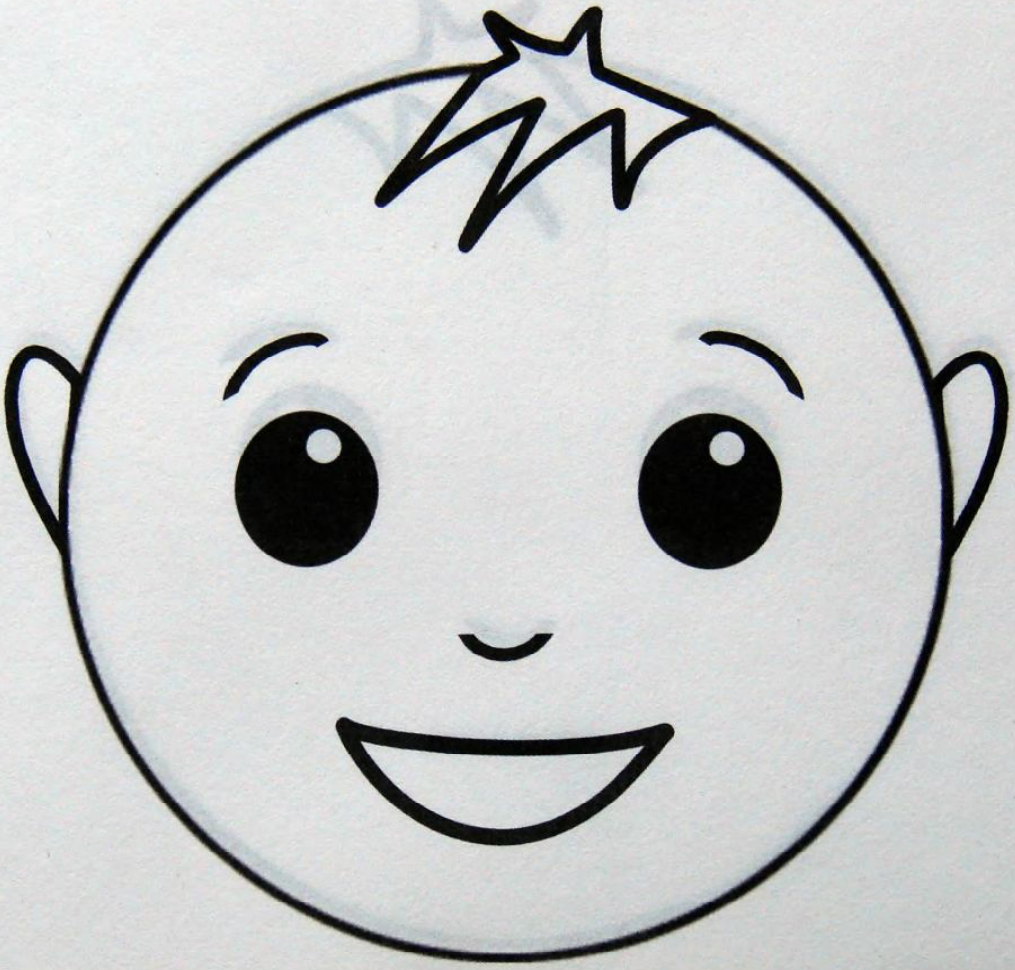
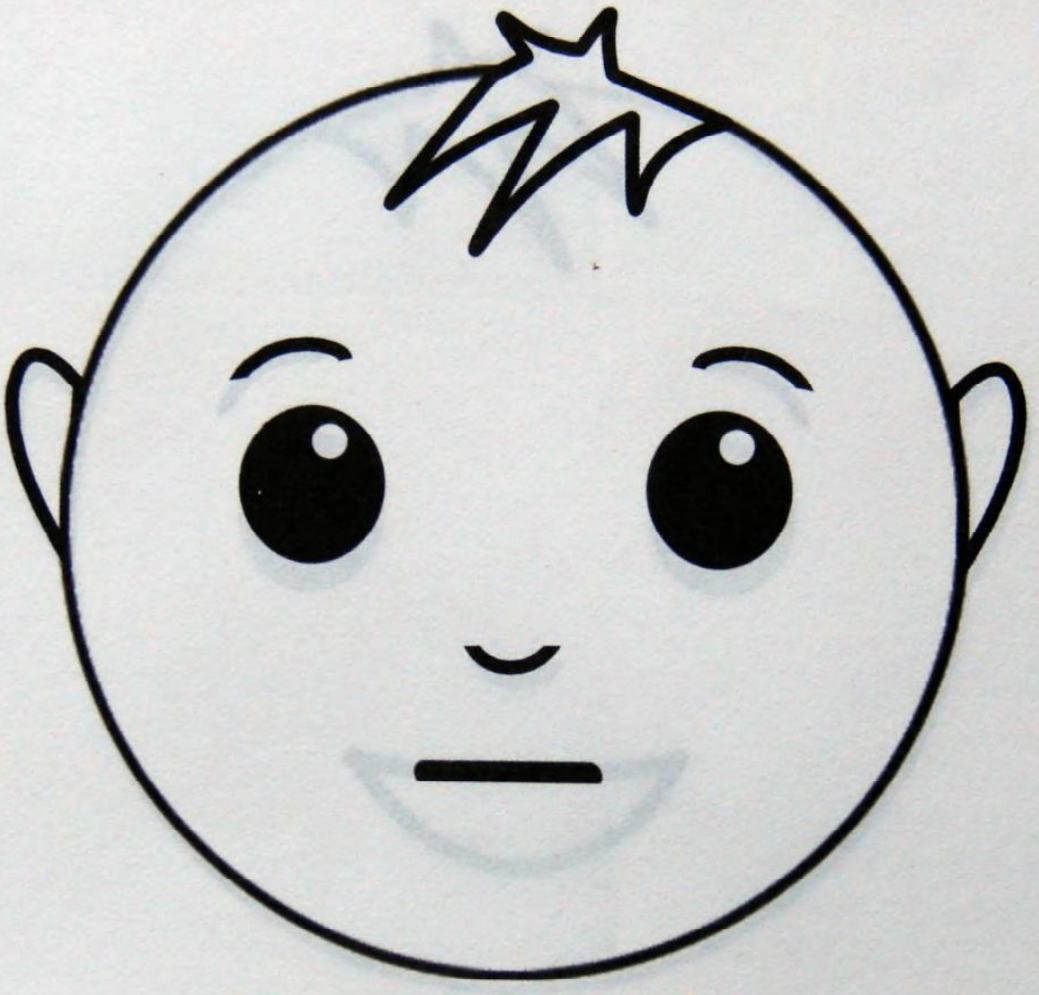
Основана на лучших традициях этнопедагогики, достижениях классической, современной педагогики и психологии.

Обеспечена комплексом методических, диагностических, дидактических материалов, способствующих полноценному развитию ребенка в динамичной предметно-развивающей среде.

Программа апробирована, имеет экспертное заключение специалистов.

Модуль 1: Комплексная программа **«Вверх по лестнице чудес»** от рождения до 5 лет.
Сознавая уникальность и важность дошкольного возраста, используем принцип
«Ребенок – Личность с самого рождения», живем под девизом «Весь мир как классная комната»!

Модуль 2: Программа по развитию творческой личности **«Умное поколение»**
Творческая экспериментальная лаборатория «Я – исследователь»
Детская творческая мастерская изобретателей «Я – изобретатель», «Изобретаем игры»
Курс ТРИЗ, РТВ «Планета Фантазеров»
Детский и подростковый психологический клуб «Зеркало», «Лидер»

Мы с уважением и любовью относимся ко всем людям,
которые работают
ради детей и с детьми!

105005, Москва,
Плетешковский пер. д. 8, стр. 1
УМЦ «Учимся, играя»
e-mail: intel@intelgame.ru
www.intelgame.ru
+7 (095) 261 49 73
+7 (095) 261 49 18